

# Saint-Gaudens / Saint-Girons

## La Vélosud



**Départ**  
Saint-Gaudens

**Arrivée**  
Saint-Girons

**Durée**  
3 h 52 min

**Distance**  
58,16 Km

**Niveau**  
J'ai l'habitude

**Thématique**  
Montagnes, Au fil de  
l'eau

La Vélosud poursuit sa progression au fil de la Garonne suivant le sens naturel de l'écoulement de l'eau. Puis, du côté de Roquefort-sur-Garonne, sentant le fleuve prendre ses distances avec les Pyrénées, la véloroute bifurque dans la vallée d'un affluent, la rivière Salat, en direction du Couserans et de l'Ariège. Sur une confortable voie verte, vous remontez le cours de cette rivière ariégeoise, jusqu'à faire étape à Saint-Lizier et/ou à Saint-Girons. Au pied des Pyrénées, le cycliste attentif et curieux a ici plaisir à croiser de nombreux châteaux et manoirs - pas moins d'une dizaine aujourd'hui - témoins de la prospérité de ces vallées fertiles. Il est alors aisé de s'accorder des pauses patrimoniales remarquables à Lestelle, Saint-Martory, dans la station thermique de Salies-du-Salat ou dans le village de Caumont, avant de flâner immanquablement dans la cité épiscopale de Saint-Lizier.

### L'itinéraire

Première moitié de l'itinéraire sur voies partagées dans la vallée de la Garonne, réseau secondaire à la circulation toutefois modeste. Une section dédiée permet ensuite une entrée sécurisée dans Saint-Martory. Dans la seconde moitié, dans la vallée du Salat, l'itinéraire est intégralement sur voie dédiée (ligne ferroviaire réaménagée), à revêtement lisse ou rugueux. Seule la petite liaison finale entre Saint-Lizier et Saint-Girons sera à effectuer sur le réseau routier (sans aménagements).

### Points de vigilance :

- À Roquefort-sur-Garonne : à hauteur de la confluence entre la Garonne et le Salat, après avoir franchi la voie ferrée. Ralentir dans la descente, passage étroit sous tunnel à venir pour passer sous l'A64 (risque de boue).
- À Salies-du-Salat : à l'arrivée dans Salies-du-Salat, faire 3/4 de tour du rond-point d'entrée pour trouver la continuité de la voie verte.
- À Saint-Lizier : au débouché sur la D117, privilégier de rester sur le trottoir sur 50 m, vélo à la main, pour aller chercher le pont de Saint-Lizier sur la gauche.

### Liaison véloroute

À Roquefort-sur-Garonne, il est possible de poursuivre sur l'itinéraire de la Garonne à vélo (V83) jusqu'à Marquefave (gare TER à Carbonne). La continuité vers Toulouse est alors possible (via Garona), mais non balisée à ce jour.

### Infos pratiques

- [Office de Tourisme de Saint-Gaudens](#)
- [Office de Tourisme de Saint-Martory](#) (Cagire Garonne Salat)
- [Office de Tourisme de Salies-du-Salat](#)
- [Office de Tourisme de Saint-Lizier et Saint-Girons](#)

### Transports : train et bus

SNCF

- Gare SNCF de Saint-Gaudens, trains Intercités et TER Occitanie (transport gratuit des vélos) sur l'axe Toulouse-Tarbes, directement sur le tracé de la Vélosud.
- Gare SNCF de BousSENS (trains TER Occitanie), sur l'axe Toulouse-Tarbes, pour rejoindre la V81 à Roquefort-sur-Garonne (km 29).

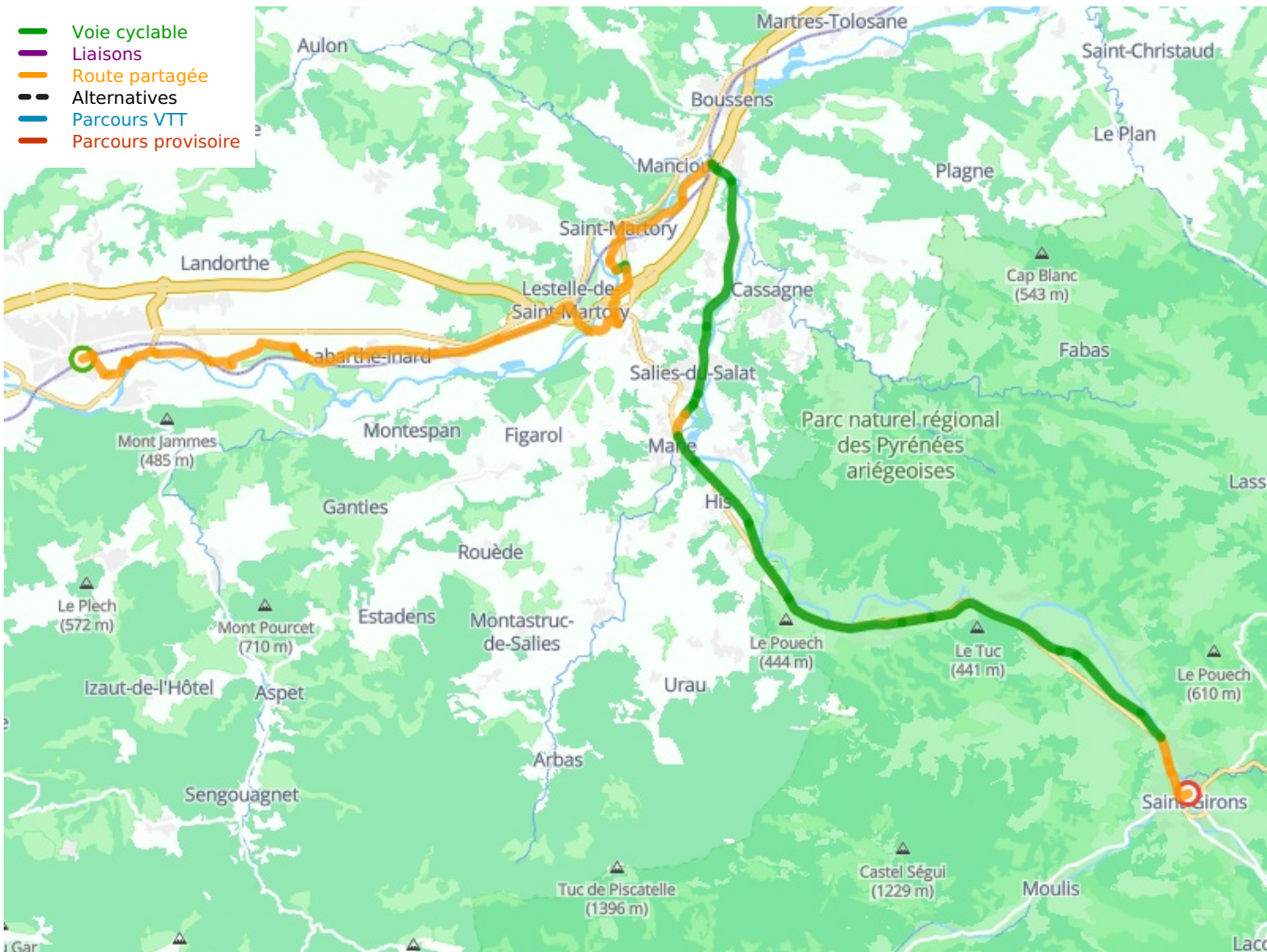
## **BUS**

- Réseau bus régionaux LiO, liaison entre BousSENS et Saint-Girons par la [ligne 452](https://www.lio-occitanie.fr/horaires-et-plans/).  
<https://www.lio-occitanie.fr/horaires-et-plans/>

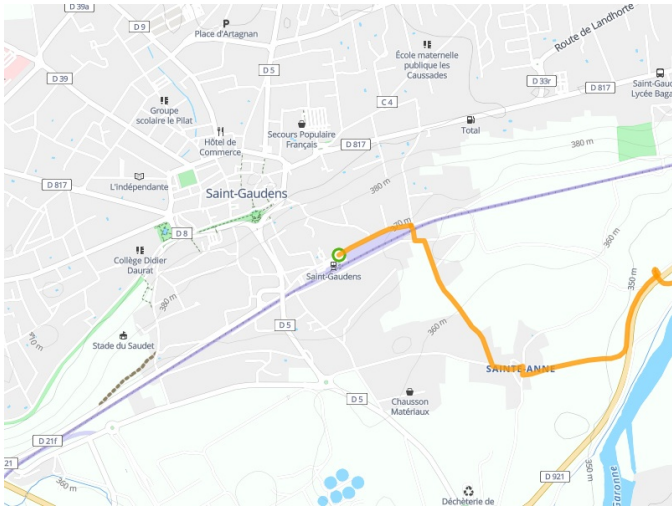
## **À ne pas manquer**

- **Saint-Martory** : un concentré de découvertes dans la ville de Saint-Martory pour qui sait prendre le temps de ralentir à vélo : un pont à trois arches sur la Garonne, voisin d'une ancienne pile gallo-romaine, avec porte monumentale, un château Renaissance de la famille Montpezat (XVI<sup>e</sup> siècle), un ancien moulin à grain du XVIII<sup>e</sup> et des canaux dérivés de la Garonne
- **Salies-du-Salat** : pendant commingeois de son homonyme béarnaise visitée il y a quelques jours, Salies-du-Salat est une station thermale réputée pour ses eaux minéralisées.
- **Couserans** : dans la vallée du Salat, nombreuses sont les scieries à bois croisées sur le chemin. Il faut dire que ces collines boisées du piémont pyrénéen, de faible à moyenne altitude, regorgent d'une ressource précieuse depuis plusieurs siècles : le bois.
- **Lorp-Sentaraille** : village natal d'Aristide Bergès (1833-1904), industriel papetier local, de tradition familiale, considéré comme l'inventeur de l'hydroélectricité et du recours à la « houille blanche » (musée à 250 m à gauche).

**L'adresse vélo** : l'Estapa, à Saint-Gaudens, juste en face de la gare, café-vélo, atelier, boutique.



**Départ  
Saint-Gaudens**



**Arrivée  
Saint-Girons**

